

Size en yakın  
Sağlıklı Hayat Merkezlerinden  
aşağıdaki konularda **ücretsiz**  
danışmanlık hizmeti alabilirsiniz.

- Beslenme Danışmanlığı
- Kronik Hastalıklar ve Fiziksel Aktivite Danışmanlığı
- Kadın ve Üreme Sağlığı Danışmanlığı
- Kanser Erken Teşhis, Tarama ve Eğitim Merkezi (KETEM) Danışmanlığı
- Ruh Sağlığı Danışmanlığı
- Çocuk ve Ergen Sağlığı Danışmanlığı
- Tütün ve Madde Bağımlılığı Danışmanlığı
- Enfeksiyon Kontrol Hizmetleri
- Koruyucu Ağız ve Diş Sağlığı Danışmanlığı
- Tıbbi Hizmetler

Aşı yaptırarak işimizden kaynaklanan hastalıklardan korunabilir miyiz ?

Aile hekimlerine müracaat edilmesi halinde aşılama hizmetlerinden faydalanabilir, olası mesleki risklerden ve hastalıklardan korunabilirsiniz.

**Aile hekiminize yaptığınız işi söyleyin.**



Önce **SAĞLIK**,  
Sonra **İŞ**

Herhangi bir sağlık sorununda zaman kaybetmeden **iş yeri hekiminize başvurmalısınız.**



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

[f](#) [t](#) [i](#) [v](#) /halksagligigm



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

**İş Yerlerinde**  
**Sağlığın Geliştirilmesi**



**Sağlıklı Gelecek**

**Sağlıklı İş Yeri**

**Sağlıklı Çalışan**

Çalışanların Sağlığı  
İş Sağlığı ve Güvenliği  
Hizmetleri ile korunur.

6331 Sayılı İş Sağlığı ve  
Güvenliği Kanunu'nun  
Getirdiği Yükümlülüklerle Uyularak  
İş Kazaları ve Meslek Hastalıkları  
ÖNLENEBİLİR.



İş Sağlığı ve Güvenliği ile ilgili  
tedbirler işveren tarafından  
sağlanır ve çalışan tarafından  
uygulanır.

## Meslek Hastalığından Nasıl Korunuruz ?

Meslek Hastalıkları yaptığınız işten kaynaklanan riskler sonucu gelişir. Meslek Hastalıklarına neden olan mesleki riskleri önlemek mümkündür.

Meslek Hastalıklarından korunmak için;

- ▶ İşe giriş, aralıklı kontrol ve işe dönüş muayenenizi yaptırmalısınız.
- ▶ Mesleki risklerden korunmak için kişisel koruyucu donanımlarınızı kullanmalısınız.
- ▶ Yaptığınız işe uygun İş Sağlığı ve Güvenliği Eğitimi almalısınız.
- ▶ İşyerinde kişisel hijyen kurallarına uymalısınız. (Sağlığınız için ellerinizi su ve sabunla yıkamalısınız)



Meslek Hastalığı %100 önlenebilir.

## Sağlığımızı korumak ve geliştirmek için;



Sağlıklı ve dengeli beslenmeli,



Kilo kontrolü sağlamalı,



Fiziksel aktivite yapmalı ,



Tütün ve tütün ürünlerinden uzak durmalı,



Stresimizi kontrol altına almalı,



Kronik hastalık takibimizi yaptırmalıyız.

